

ZU SCHADE FÜR DIE TONNE



*Reste-Rezepte mit altem
Brot
von Ute Rabe*

Gewidmet all denen, die unser tägliches Brot als ein
Geschenk der Natur betrachten und sorgsam damit
umgehen.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

Unser tägliches Brot

Brot im Überblick

Wie altert Brot

Brot trocknen und aufbewahren

Mengenangaben

Wo finde ich was?

Rezepte

SUPPEN

Buttermilchsuppe

Croûton-Grünkernsuppe

Zwiebelsuppe

Schnelle Brotsuppe

Spanische Brotsuppe

Rindfleischsuppe mit Markklößchen

Ulrikes Gemüse-Brotsuppe

Minestrone

Grüne-Bohnen-Eintopf mit Mettwurst

PANIERTES

Paniermehl oder Semmelbrösel

Gebackener Camembert

Panierte Schnitzel oder Koteletts

Sellerie-Schnitten

Honig-Feta

Lendenplätzchen mit Kräuter-Käsekruste
Weißwein-Sauce zum Kombinieren

FLEISCH ALS HAUPTGERICHT

Rinderbraten mit Brotsauce
Frikadellen
Pute im Schlafrock
Lamm im Toastmantel
Gefüllte Putenbrust
Mit Speck gewickelt
Hühnerbrust mit Kräuterfüllung
Quiche mit Bauchspeck
Hackfleisch-Champignon-Torte
Schinkenbraten im Pumpernickelmantel

HAUPTGERICHTE MIT FISCH

Rotbarsch mit Pumpernickel-Kruste
Champignonköpfe mit Räucherlachs
Fischröllchen
Krabben-Frikadellen
Fisch mit Toastkruste

KNÖDEL & TEIGTASCHEN

Semmelknödel mit Hackfüllung
Grünkernklöße
Speck-und-Zwiebel-Beilage
Spinatknödel
Spinatknödel-Tomatensuppe
Basilikum-Ravioli
Krapfen nach schwäbischer Art

AUFLÄUFE

Möhren im Speckmantel

Kohlrabi-Auflauf
Tortilla mit Brot
Grüne Bohnen, Brot und Käse
Gurken schief gewickelt
Pizza-Auflauf
Ofenschlupfer mit Äpfeln

VEGETARISCHE GERICHTE

Möhren-Käse-Torte
Sellerie-Quiche
Mediterrane Quiche
Arme Ritter
Käse-Soufflé
Sauce Hollandaise
Gefüllte Kartoffeln
Gefüllte Paprika
Brokkoli-Auflauf
Semmel-Gemüse-Torte
Kartoffel-Pumpernickel-Rösti

DESSERT UND KUCHEN

Kirschen-Michel
Kartoffel-Pumpernickel-Torte
Vanille-Pumpernickel-Pudding
Bratapfel mit Pumpernickel-Füllung
Phönixkuchen
Vanille-Kuchen
Herbstlicher Obstkuchen
Vilabonga

GRUNDREZEPTE FÜR BEILAGEN

Universalrezept Gemüse und Kartoffeln

Reis

Nudeln

Überbackenes Gemüse

Grüner Salat in Variationen

Kartoffelsalat

Croûtons in Knoblauchbutter

Neues Brot aus altem Brot

Einleitung

Unser tägliches Brot

Kennen Sie das auch: Da lacht einen in der Bäckerei ein wunderbar duftender Brotlaib an, daneben liegen krosse Brötchen, und dann noch dieses schlanke Baguette ... Sie kommen mit riesigen Tüten nach Hause, und dann geht es ans Probieren hier und Knuspern da, die Qual der Wahl ist schwer! Ja, und drei Tage später finden Sie im Brotkasten ein halbes labberiges Baguette, ein vertrocknetes Brötchen und die beiden Endstücke des Körnerbrottes, die niemand haben wollte. Der verführerische Duft ist verflogen. Was soll man anfangen mit diesen traurigen Resten? Oft genug landen sie im Müll.

Dabei kann man aus altem Brot herrliche neue Gerichte zaubern. Es gibt unendlich viele Möglichkeiten: Rezepte aus Ur-Großmutterns Zeiten, als man es sich nicht leisten konnte, etwas Essbares wegzwerfen, oder ganz neu erfundene Kreationen. Es funktioniert in jeder normal ausgestatteten Küche und jeder ist dazu in der Lage.

Dieses Buch enthält Rezepte mit Fleisch und Fisch, Kuchenrezepte und viel Vegetarisches (**vegetarisch nicht immer gleich vegan**). Es ist für jeden etwas dabei.

Brot im Überblick

Nirgends auf der Welt gibt es so viele verschiedene Brot-Sorten wie bei uns: hell oder dunkel, kernig kräftig oder locker und fein, mit Nüssen oder Kernen, in mehr als 300 Variationen, je nach Landstrich verschieden.

In diesem Buch werden allgemeine Bezeichnungen verwendet. Damit Sie Ihre speziellen Brotreste schnell und sicher zuordnen können, ist im Folgenden beschrieben, was gemeint ist.

Am eindeutigsten ist wohl die Bezeichnung **Toast**, der ist überall ähnlich. Die Toastrezepte dieses Buches funktionieren ganz oft auch mit Brötchen, Baguette oder Weißbrot. Ob weißer Toast oder Vollkorn-Körner-Toast, es klappt beides, führt aber zu unterschiedlichen Geschmacks-Ergebnissen.

Bei aller Verschiedenheit sind die meisten **Brötchen** sehr locker und luftig und ergeben bei der Weiterverwendung einen guten Zusammenhalt für neue Teige. Sehr schwere, dichte, bröselnde Vollkornbrötchen sollten Sie besser wie Mischbrot verwenden.

Die Brötchenrezepte funktionieren meist auch mit Baguette, Weißbrot, Ciabatta, türkischem Fladenbrot, Laugengebäck oder Toast, wobei die Eigenart der verwendeten Reste dem neuen Gericht seinen Charakter gibt. Mohn, Sesam, Kümmel, ganze Körner, Rosinen, Zwiebeln, Schinkenwürfel und andere Geschmackszutaten, die bei Brötchen sehr beliebt sind, sollten mit den übrigen Zutaten harmonieren.

Wenn in der Zutatenliste **Mischbrot** erscheint, wurde beim Ausprobieren der Rezepte meistens ein Sauerteigbrot verarbeitet, das zu drei gleichen Teilen aus fein gemahlenem Roggen- und Weizenvollkornmehl und hellem Weizen-Auszugsmehl (das ganz „normale“) besteht. Hier passen alle kräftigen Brote, die deutliche Poren, eine harte Kruste und ein weiches Inneres haben und im frischen Zustand elastisch sind. Sie haben eine mittelbraune bis goldbraune Kruste, innen sind sie zartbraun oder beige. Mehrkornbrote und lockere, helle Vollkornbrote gehören

ebenso in diese Kategorie wie Brote, denen ein Anteil an Kartoffeln oder Soja beigemischt ist.

Eine ganz eigene Brotsorte ist der westfälische **Pumpernickel**. Er besteht aus Roggenschrot, wird mindestens 16 Stunden lang bei niedriger Temperatur gebacken, ist sehr dunkel, fest, feucht und hat ein unvergleichlich kräftig süßliches Aroma. Für Pumpernickel gibt es ganz besondere Rezepte. Er kann gegen sehr dichte, dunkelbraune Roggen-Vollkornbrote ausgetauscht werden. Hierher gehören auch die meist geschnitten abgepackten dunklen Brote aus ganzen Körnern. Bei diesen Brotsorten gibt es keine deutlich abgesetzte Kruste, sie haben kaum Poren und neigen auch im frischen Zustand dazu zu bröckeln. Die Farbe von Kruste und Innerem ist gleich tiefbraun.

Individuelle Gewürze Ihres alten Brotes und Zutaten wie Zwiebeln, Oliven, Nüsse oder Körner und Kerne sind nicht berücksichtigt. Natürlich beeinflusst das, was verwendet wird, Geschmack und Aussehen des Gerichtes.